

小学生の学校・家庭生活に関する日韓比較

～生活アンケートを通して～

Japan and Korea comparison of elementary school students of home and school life
Through the lifestyle questionnaire

米嶋美智子*, 大谷直史**

YONESHIMA Michiko, OOTANI Tadasi

(*養護教諭・鳥取大学附属小学校, **准教授・鳥取大学教員養成センター)

キーワード：小学生 (Elementary school), 生活習慣 (lifestyle), 質問紙調査 (questionnaire)

I はじめに

これからの日本を担う子どもたちが、生涯を通してこころもからだも健康であり続けるためには、基本的な生活習慣の確立は大切である。十分な睡眠や食事、規則正しい生活リズムが身についていないと「体がだるい」といった不定愁訴を感じ、集中力が低下する傾向がみられることなど数々の報告がされている。こうしたことから、鳥取T小学校（以下、T校）では、例年児童の生活に関する実態調査を行っている。同様の調査は、全国の学校でも行われていると思われるが、その利用については現状把握にとどまっていることが予想される。

本論は、こうした生活習慣にかかわるアンケートの有効な利用方法を模索するために、データを集積するとともに、国際比較を通して必要とされるデータを検討するための材料を提供しようとするものである。比較対象とするのは、T校の姉妹校である韓国K小学校（以下、K校）である。韓国は、文化・社会経済等でも身近な国であり、また、K校はT校とは地方の小都市で似たような環境にある。それぞれ特殊な一事例であり、普遍化することはできないが、本論の目的は達成されよう。

II 調査方法

調査対象・方法は表1の通りである。

表1. 調査方法

		1年	2年	3年	4年	5年	6年	計
対象者数	T校	70	67	76	77	74	69	433
	K校	72	73	73	79	83	83	463
調査期間	T校	平成25年9月1下旬～10月上旬					回収率100%	
	K校	平成25年10月中旬～11月中旬					回収率100%	
調査方法	学級活動等の時間を利用して実施。1・2年生に関しては、担任が一つひとつ読み上げながら実施。							
設問内容	起床・就寝時刻、起床の自立、朝食摂取状況、排便の様子、昼休み・帰宅後の外遊びの頻度、外遊びや運動の好き嫌い、親の近視、勉強・読書時間、テレビ・ゲーム時間、通塾、習い事、通信教材、スポーツクラブ加入状況、家庭・学校生活の様子、大人になりたいかどうか、やってみたい仕事、自己肯定感							

III 調査結果

調査項目の結果について、T校（各上図）、K校（各下図）を示して述べる。

1)起床時刻

T校の全学年の平均値では、6時～6時29分に起きる児童が46%と最も多く、次いで6時前が27%であった。6時前の早起きが多い学年は、1年生（39%）、2年生（30%）、5年生（26%）の順で、7時以降の起床が多い学年は、1年生（33%）、6年生（31%）、3年生（28%）の順であった。韓国K校の全学年の平均値は、7時～7時29分に起きる児童が55%と最も多かった。次いで7時30分以降が25%で、3年生（33%）、2年生（32%）、1年生（27%）の順であった。

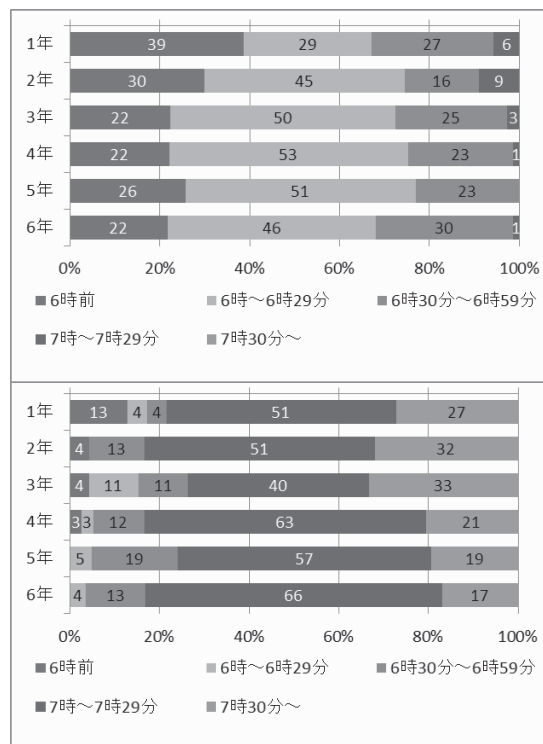


図1 起床時刻

全体的にT校は韓国K校より早起きの傾向を示した。ただしT校は通学範囲が広いために早起きせざるを得ないという事情もあり、一概に日本が韓国に比べて早起きであるとは言えない。

2)起床の自立

T校の全学年の平均値は、「ときどき自分で起きる」児童が45%で最も多く、この回答は3年生(55%)、1年生(54%)、2年生(48%)の順で多かった。次いで「自分で起きる」が41%で、6年生(54%)、4年生(53%)、5年生(42%)の順であった。3年生を境に、自分で起きる児童が増加する傾向が見られた。韓国K校も同様、「ときどき自分で起きる」児童が50%で最も多く、4年生(60%)、1・2年生(52%)の順であった。次いで「自分で起きる」が43%で、6年生(52%)、2年生(44%)、5年生(43%)の順であった。理由は分からないが、3・4年生に自分で起床できる児童がやや減少している傾向がみられた。起床時間との関連も考えられるが(T校の方が早い)、K校では低学年から「自分で起きる」という回答が多く、全学年を通して「いつも起こしてもらおう」が少ない傾向があった。

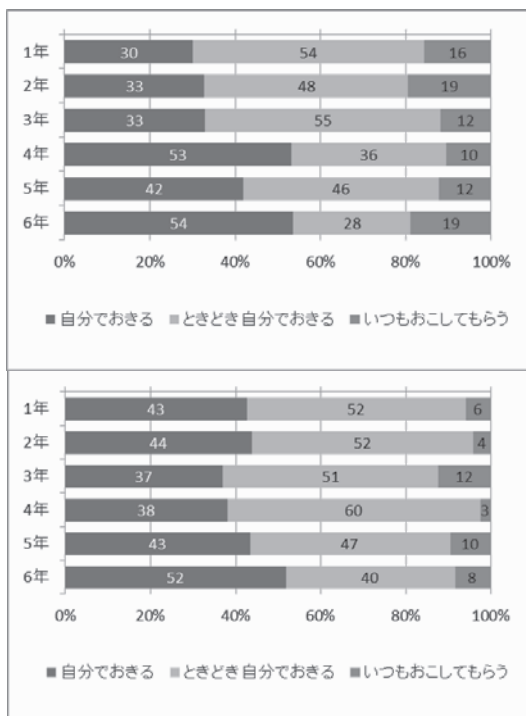


図2 起床の自立

3)朝食摂取状況

T校の全学年の平均値は、朝ごはんを「毎日食べる」児童が90%で最も多く、次いで、ときどき食べないが8%であった。毎日食べる習慣のない児童は、1年生(17%)、2年生(15%)の順に多く、学年進行につれて、減少していた。K校は、朝ごはんを「毎日食べる」児童が78%、次いで「ときどき食べない」が17%であり、学年差もほとんどなかった。T校はK校より朝食の習慣が定着している傾向を示した。

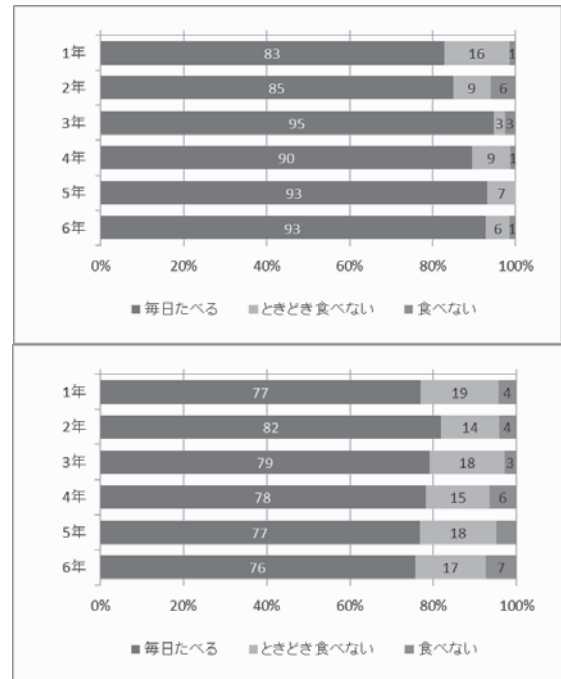


図3 朝食摂取状況

4)排便の様子

T校の全学年の平均値は、排便が「ほぼ毎日でる」児童が57%で最も多く、学年別では5年生(66%)、4年生(64%)、6年生(59%)の順で多かった。次いで「2日に1回でる」が24%であった。「3日に1回」,「4日以上でない」児童は、1年生(30%)、2年生(27%)、3年生(19%)の順に多かった。

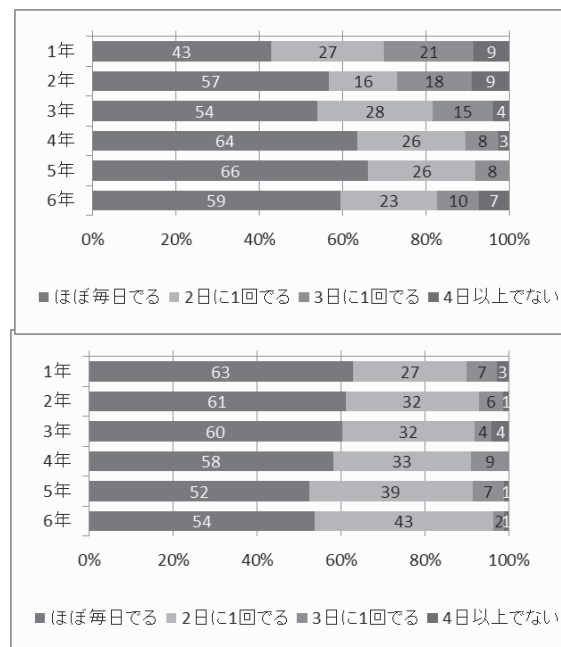


図4 排便の様子

K校は、ほぼ「毎日排便がでる」児童が58%で最も多く、1年生(63%)、2年生(61%)、3年生(60%)の順であった。次いで「2日に1回でる」が34%であり、T校とは逆に学年が進むにつれて習慣化されている児童が減少していく傾向にあった。全体としてT校はK校より、排便の習慣が定着していない傾向を示した。

5)学校の昼休みの外遊びの様子

T校の全学年の平均値は、学校の昼休みに外で「よく遊ぶ」児童が48%で最も多く、2年生(67%)、1年生(57%)、4年生(55%)の順で多かった。次いで、「ときどき遊ぶ」が31%であった。6年生が一番遊ばない傾向にあった。K校は、「ときどき遊ぶ」児童が43%で最も多く、2年生(53%)、1年生(52%)、3年生(45%)の順で多かった。次いで、「よく遊ぶ」が24%であった。学年差があるものの、5・6年生にあまり遊ばない傾向がみられた。

全体的に、T校はK校より学校の昼休みに外で遊ぶ児童が多い傾向を示した。学年進行とともに遊ばなくなる傾向は同じであった。

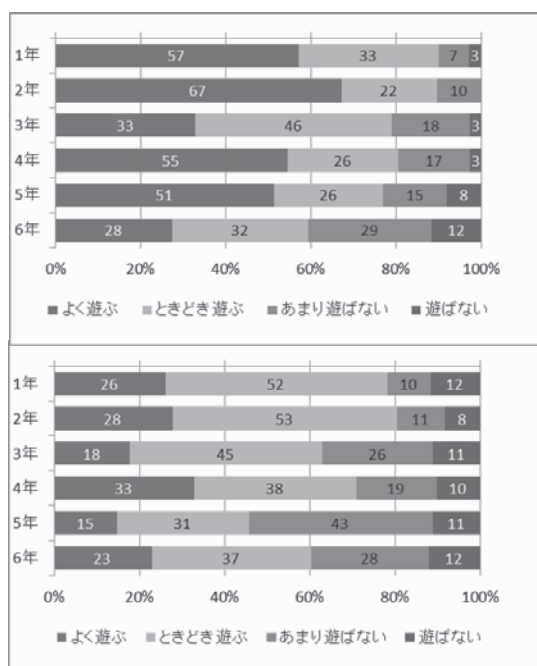


図5 学校の昼休みの外遊びの様子

6)帰宅後の外遊びの様子

T校の全学年の平均値では、帰宅後友だちと外で「遊ばない」児童が36%で最も多く、1年生(47%)、2年生(45%)、6年生(38%)の順であった。次いで「ときどき遊ぶ」が(26%)であった。ただし、3年生においては、割合的には「よく遊ぶ」が36%で最も多かった。K校は、「ときどき遊ぶ」児童が44%で最も多く、1・6年生52%、2年生46%の順であった。次いで「よく遊ぶ」が35%であり、3年生をピークによく遊ぶ児童が減少していた。全体的にT校は、K校より帰宅後の外遊びの習慣が少ない傾向を示した。通学範囲との関連も考えられ、範囲の広いT校が日本・鳥取全体の傾向を示しているわけではない。

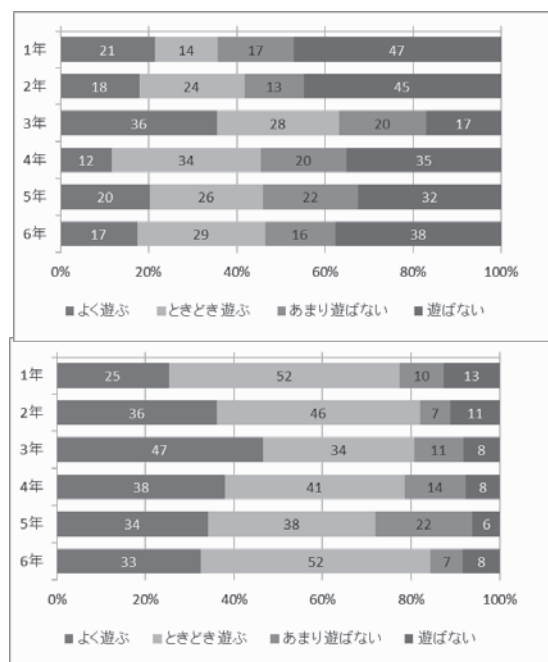


図6 帰宅後の外遊びの様子

7)外遊びや運動の興味

T校の全学年の平均値は、外で遊んだり、運動をしたりすることが「好き」と答える児童が64%で最も多く、2・5年生72%、1年生(64%)の順であった。次いで「どちらかという」と好き」が27%であった。

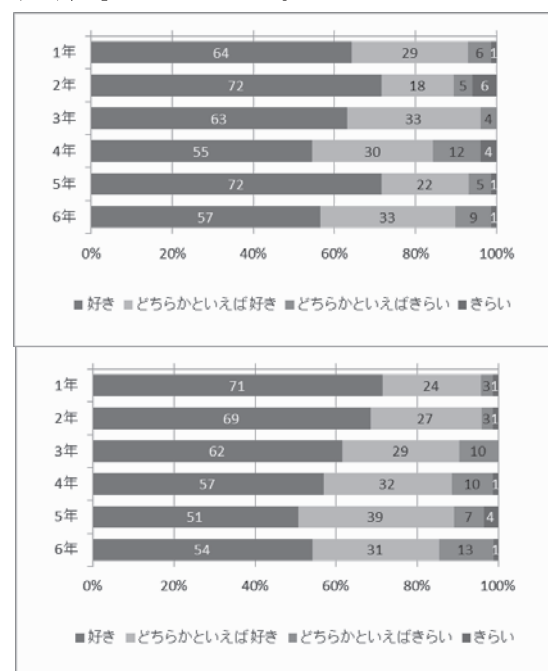


図7 外遊びや運動の興味

K校も同様、外で遊んだり、運動をしたりすることが「好き」と答える児童が61%で、1年生(71%)、2年生(69%)、3年生(62%)の順であった。次いで、「どちらかという」と好き」が30%であった。T校及びK校の児童は、90%以上の子どもが、外遊びや運動が好き、どちらかという」と好きと答えおり、関心があることを示した。ただし、K校では学年進行とともに「好き」という回答が減少していくという関係性が見られた。

8)親の近視の様子

T校の親の眼鏡やコンタクトレンズの使用状況の平均値は84%で全学年同様な傾向であった。K校は63%であり、全学年同様な傾向であった。T校の親の近視率は、K校より21%も高い数値を示した。

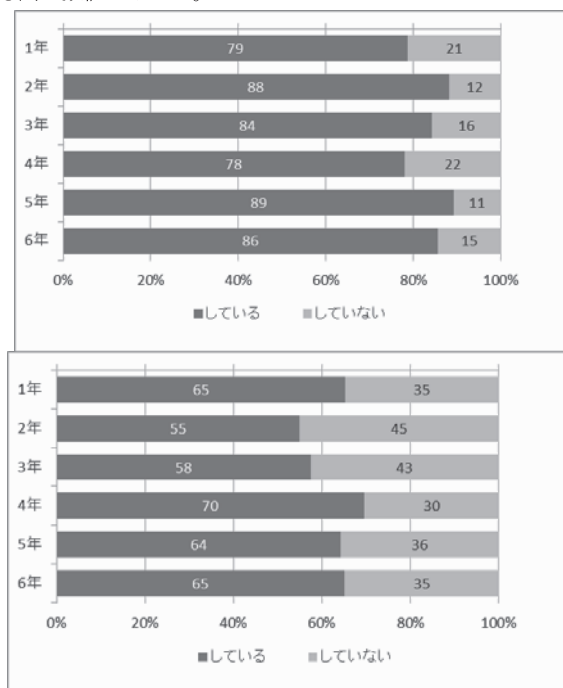


図8 親の眼鏡やコンタクトレンズの使用状況

9)帰宅後の勉強の様子

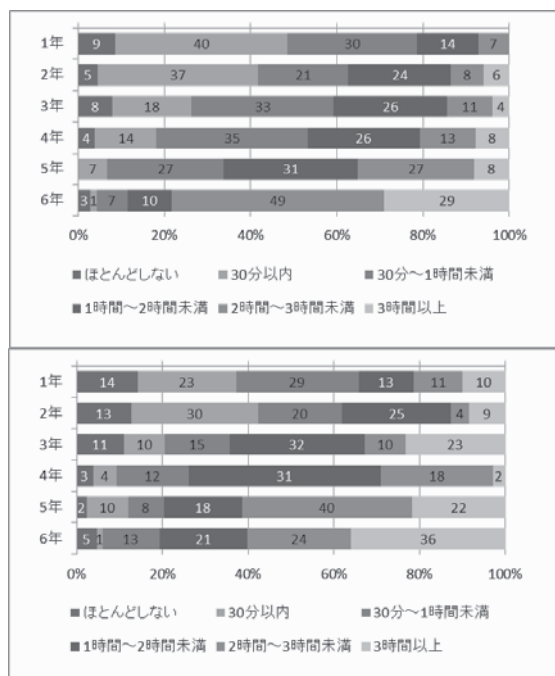


図9 帰宅後の勉強の様子

T校は学年が上がるにつれて、勉強時間が長くなる傾向にあり、1・2年生は「30分以内」が40%と37%で、最も多かった。3・4年生は「30分～1時間未満」が33%で最も多く、33%と35%であった。5年生は「1時間～2時間未満」が最も多く31%、6年生は「2時間～3時間未満」が49%であっ

た。韓国K校もT校と同様、学年が上がるにつれて、勉強時間が長くなる傾向にあり、1年生は「30分～1時間未満」が29%で最も多かった。2年生は「30分以内」が最も多く30%であった。3・4年生は「1時間～2時間未満」が最も多く、32%と31%であった。5年生は「2時間～3時間未満」が最も多く40%、6年生は「3時間以上」が最も多く36%であった。全体的に、T校より韓国K校の児童は、勉強時間が長い傾向を示した（6年生では逆転）。

10)読書量の様子

T校の普段の読書の平均値は「30分以内」が最も多く38%で、1年生50%、3年生45%、4年生42%の順で多かった。次いで、「30分～1時間未満」が21%であり、学年が進行するほど、読書時間が増える傾向にあった。また、1年生は「ほとんどしない」と回答する児童が41%で最も多かった。

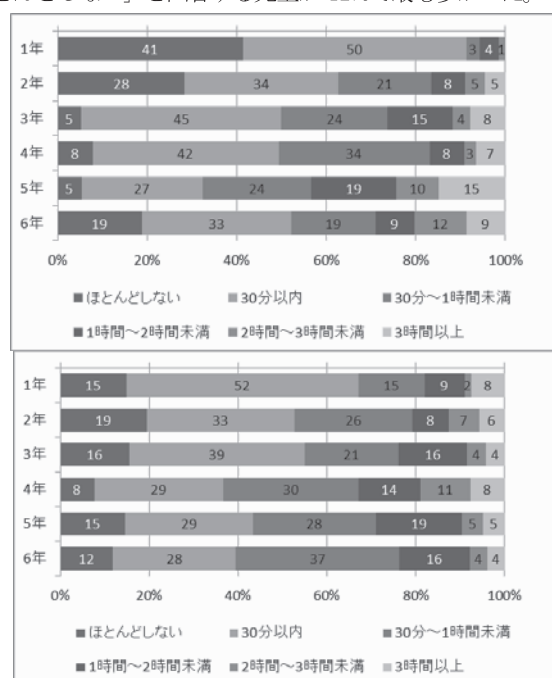


図10 普段の読書の様子

K校も全体としては「30分以内」が最も多く35%で、1年生(52%)、3年生(39%)、2年生(33%)の順で多かった。次いで、「30分～1時間未満」が26%であった。また、T校の特徴として、読書を「ほとんどしない」1年生が41%に対し、K校は15%である。韓国K校は1年生から読書の習慣が定着している児童が多い傾向を示した。

11)テレビの視聴時間の様子

T校の普段のテレビの視聴時間の平均値は、「30分～1時間未満」と、「1時間～2時間未満」が26%で最も多かった。学年が上がるにつれて、テレビ視聴時間が長くなる傾向にあった。K校もT校同様、「30分～1時間未満」と「1時間～2時間未満」が23%で最も多く、学年が進行するにつれて視聴時間が長くなる傾向にあった。しかし2時間以上視聴する児童は全学年で15%であり、T校の22%より少ない傾向にあった。

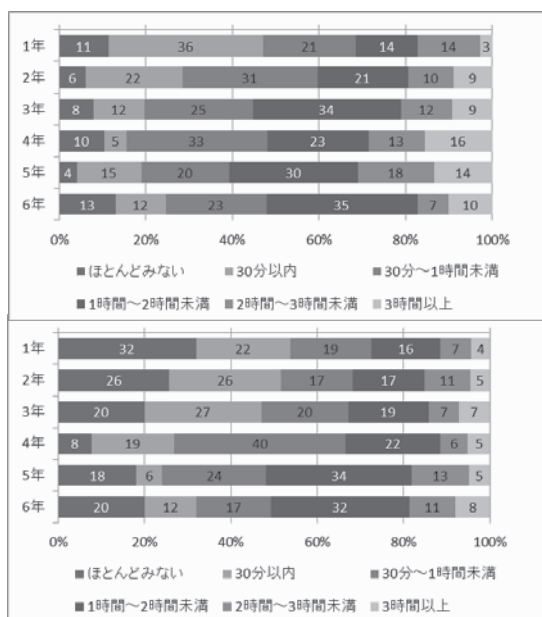


図 11 普段のテレビ視聴時間の様子

12)電子ゲーム接触時間の様子

T校の普段の電子ゲーム接触時間の平均値は、「ほとんどしない」が44%で最も多く、1年生(60%)、6年生(48%)、2年生(43%)の順で多かった。次いで「30分以内」が20%であった。K校も同様「ほとんどしない」が44%で最も多く、1年生(53%)、2年生(49%)、5・6年生42%の順であった。次いで「30分以内」が24%であった。T校及びK校は、1・2年生は電子ゲームをしない児童が多いという同様な傾向を示した。

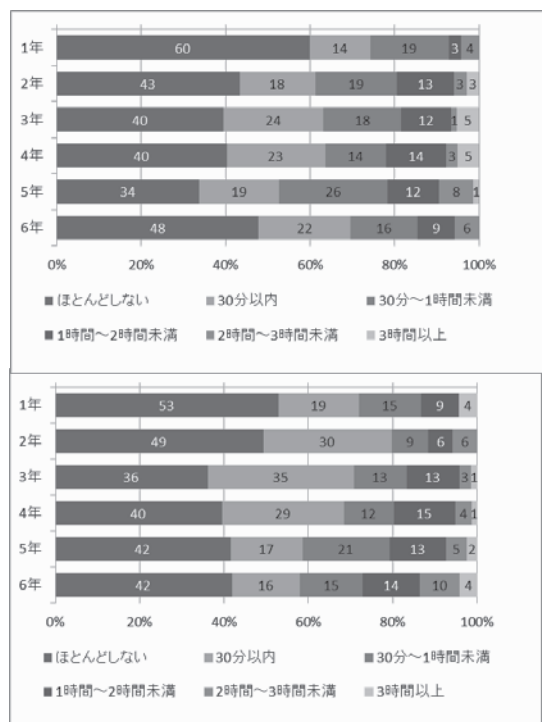


図 12 普段の電子ゲームとの接触時間の様子

13)就寝時刻の様子

T校の就寝時刻の全学年の平均値は、「21時～21時59分」

が最も多く46%であった。学年が上がるにつれて、就寝時刻が遅くなる傾向にあり、6年生は「22時～22時59分」が45%で最も多かった。

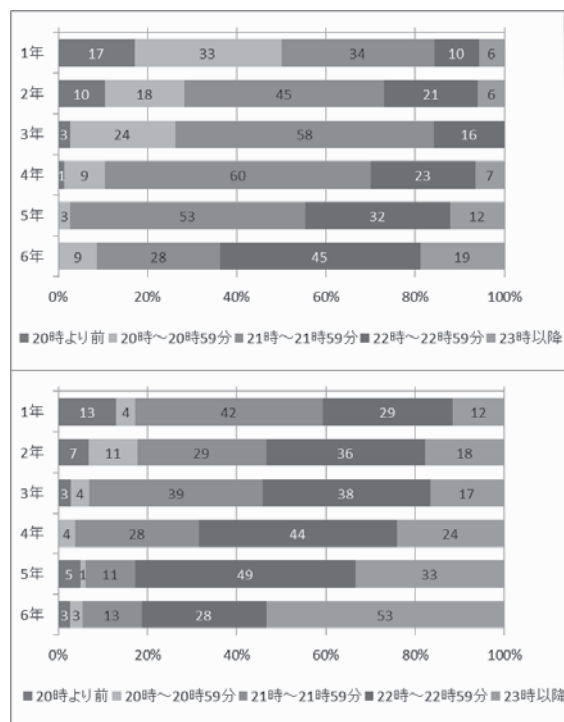


図 13 就寝時刻の様子

K校は、「22時～22時59分」が最も多く37%であった。K校も同様に、学年が上がるにつれて、就寝時刻が遅くなる傾向にあり6年生は「23時以降」が53%で最も多かった。全体的にT校は、K校より早寝の習慣ができている児童が多い傾向を示した。

14)帰宅後の学習方法の様子

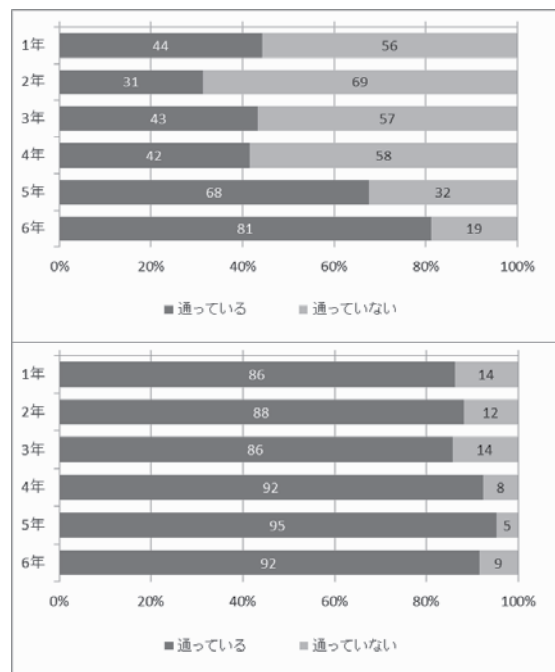


図 14 通塾の様子

T校の児童の52%が塾に通ったり、家庭教師による学習をしたりしている。学年進捗とともにこの割合は増加する傾向

があり、5年生（68%）、6年生（81%）と増加は著しい。K校は、全学年で90%の児童が通っており、1年生から86%以上の児童が通っている。K校は、T校より低学年から塾に通ったり、家庭教師による学習をしたりしている児童が多い傾向を示した。

15)習い事の様子

T校の習字・音楽教室・そろばん・絵画等の習い事に「通っている」児童は全学年平均で58%であり、3年生（67%）、6年生（65%）、4年生（62%）の順で多かった。ただし、5年生のみ「通っていない」児童の方が多かった。K校は習い事に通っている児童は全学年平均で60%であり、1・2年生（69%）、5年生（63%）の順で多く、低学年が通っている傾向にあった。

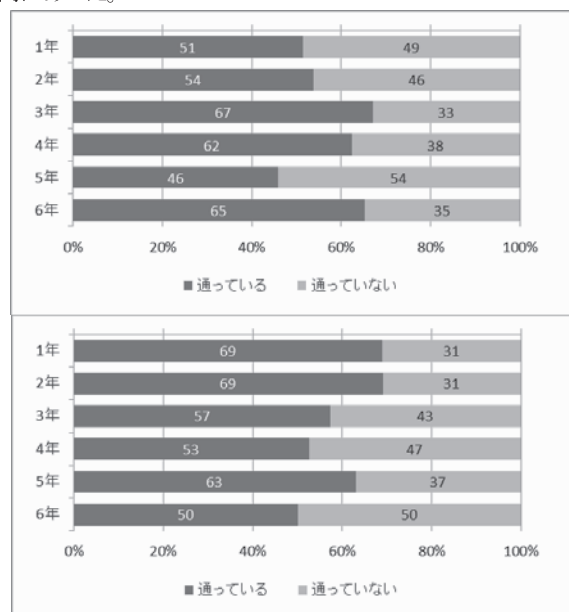


図 15 習い事の様子

16)通信教育の様子

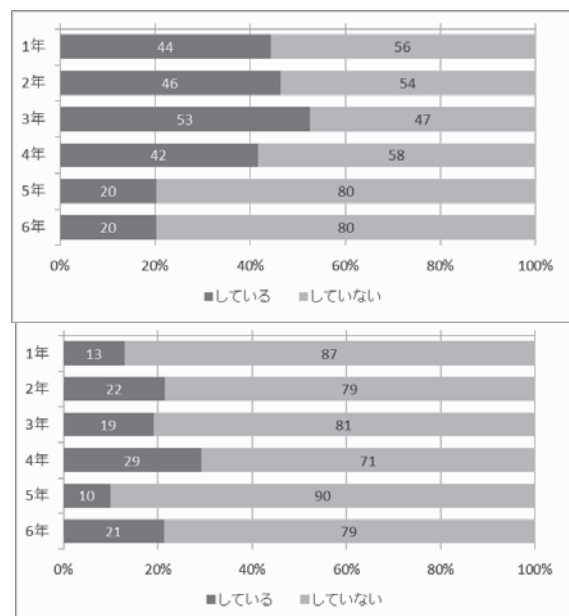


図 16 通信教育の様子

定期的にプリントなどがくる通信教材で学習しているT校の児童は38%であり、3年生（53%）、2年生（46%）、1年生（44%）の順で多く、5・6年生になると20%と少なくなる傾向があった。高学年になると塾に移行していることが示唆される。K校は全学年平均で19%の児童が通信教材で学習しており、4年生（29%）、2年生（22%）、6年生（21%）で多かった。T校はK校より、通信教材で学習をしている児童が多い傾向を示した。

17)スポーツクラブ加入状況

学校以外のスポーツクラブに加入しているT校の全学年平均値は60%で、2年生（69%）、3・5年生（66%）の順で多かった。ただし、6年生は、入っている児童の方が49%で少なかった。K校は加入している児童が40%であり、3年生（49%）、2・4年生（41%）の順で多かった。T校は、K校よりスポーツクラブに加入している児童が多い傾向を示した。

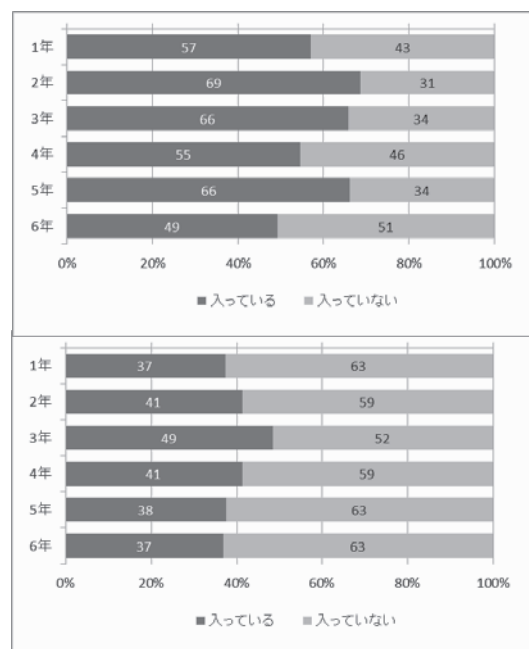


図 17 学校以外のスポーツクラブ加入状況

18)学校生活の様子

T校の児童の52%が塾に通ったり、家庭教師による学習をしたりしている。学年進行とともにこの割合は増加する傾向があり、5年生（68%）、6年生（81%）と増加は著しい。K校は、全学年で90%の児童が通っており、1年生から86%以上の児童が通っている。K校は、T校より低学年から塾に通ったり、家庭教師による学習をしたりしている児童が多い傾向を示した。

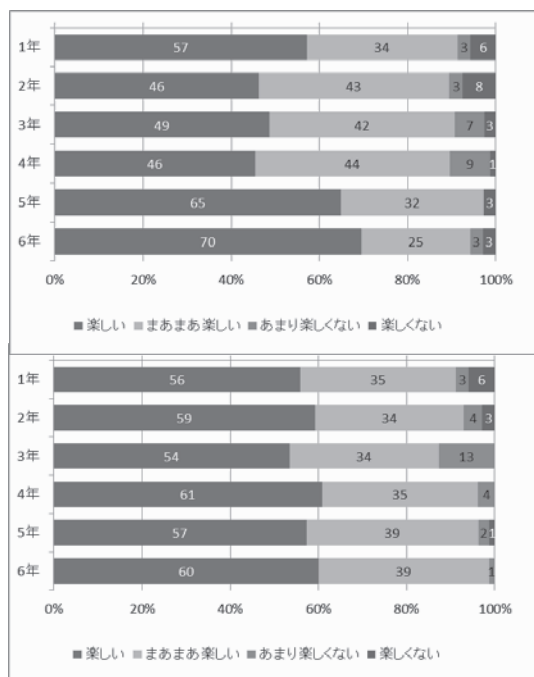


図 18 学校生活の様子

T校の全学年平均値は、学校が「楽しい」と答えた児童が55%と最も多く、6年生(70%)、5年生(65%)、1年生(57%)の順に多かった。K校は、学校が「楽しい」と答えた児童が58%と最も多く、4年生(61%)、6年生(60%)、2年生(59%)の順であるが、学年差はさほどない傾向を示した。

19)家庭生活の様子

T校の平均値は、家庭が「楽しい」と答えた児童が76%と最も多く、5年生(91%)、3年生(87%)、4年生(78%)の順に多く、次いで、「まあまあ楽しい」が19%であり学年差がみられた。K校も同様、家庭が「楽しい」と答えた児童が70%と最も多く5年生(76%)、3年生(73%)、4・6年生(71%)の順で、「まあまあ楽しい」が26%であり、学年差はあまりなかった。

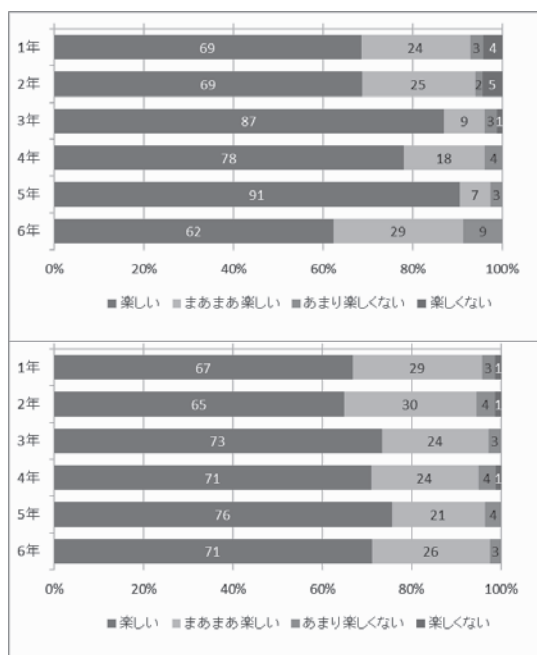


図 19 家庭生活の様子

20)大人への希望

T校の全学年平均値は、早く大人になりたいと答える児童が45%で最も多く、2年生(54%)、1年生(51%)、3年生(50%)の順であった。次いで、どちらかというとなりたいが33%であった。K校も、早く大人になりたいと答える児童が31%で最も多く、2年生(54%)、3年生(40%)、1年生(33%)であった。次いで、どちらかというとなりたいが38%であった。T校はK校より、早く大人になりたい児童が多い傾向を示した。

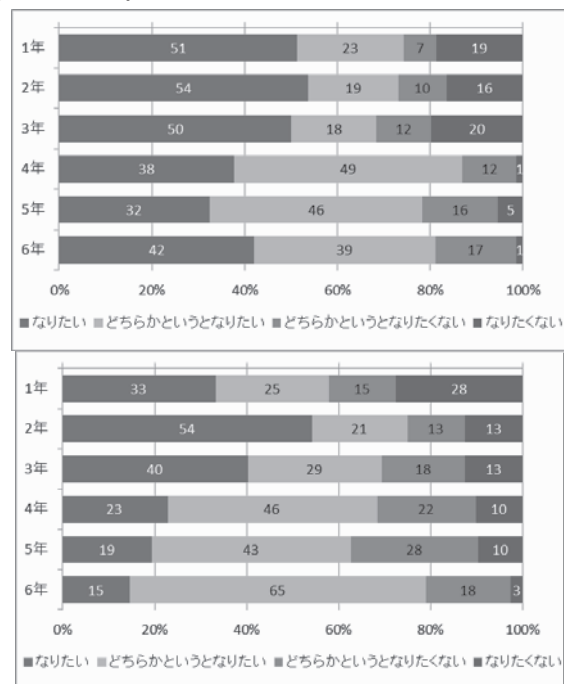


図 20 大人になりたいか

21)大人になったらやってみたい仕事について

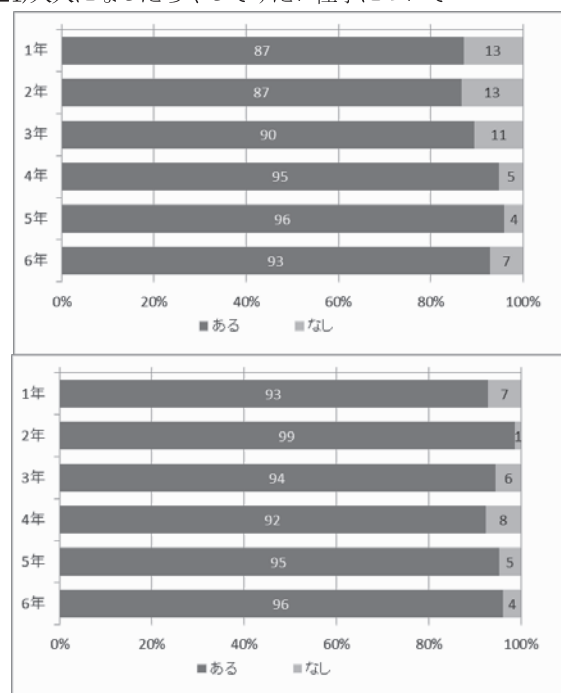


図 21 将来やってみたい仕事があるか

T校の児童は、91%の児童が大人になったらやってみたい

仕事が「ある」と答えており、全学年同様な傾向であった。K校の児童は95%であり、こちらも全学年同様な傾向を示していた。

22) 自己肯定感

T校の平均値は、自分のことが「どちらかという好き」と答えた児童が44%で最も多く、1・2・5年生が43%で多かった。次いで、自分のことが好きと答えた児童が38%であった。K校は、自分のことが「好き」と答えた児童が76%で最も多く、1年生(80%)、3年生(79%)、5年生(76%)の順に多かった。次いで、「どちらかという好き」と答えた児童が21%であった。T校はK校より自己肯定感が低い児童が多い傾向を示した。

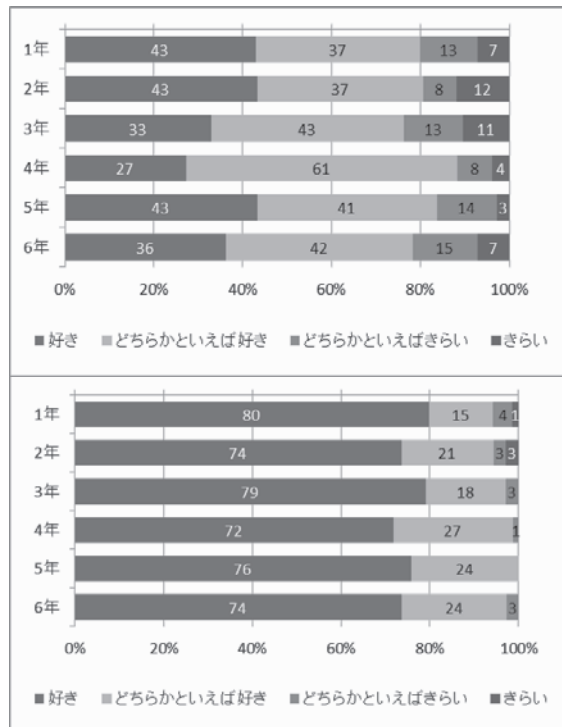


図 22 自己肯定感

IV 結果のまとめ

T校は、早寝早起き、朝食を食べることについては、習慣化されている児童が多いが、排便のコントロールや帰宅後の外遊び、低学年の読書等の習慣が確立できている児童が少ないことが分かった。また、テレビの視聴時間の長時間化や自己肯定感の低い児童が多いことが明らかになった。K校は、低学年からの塾に通っている児童が86%おり、また、帰宅後の学習時間は、全体的にT校より長かった。

V おわりに

国民運動の推進にある「早寝早起き朝ご飯」に関してT校は、よい習慣が確立してきている児童が多いが、健康維持に大切な外遊びや運動に関しては、改善が必要である。子どもたちの遊びの内容や場所は、社会変化に伴い子どもたちの生活にも今もなお大きな影響を与え続けていることが今回の調

査でも覗える。学校から帰宅後の子どもたちは、習い事や学習塾で過ごしたり、自宅で余暇を過ごしたりする子どもが半数以上おり、人間形成の一番大切な時期に、人と関わる機会を失い、狭い限られた家の中で生活をしている現状である。これは、安心して外で遊べない社会環境の変化や学校や保護者の両者が、主に大学入試を目標に教育を行っている結果の一つであろう。また、T校の児童の自己肯定感が低い傾向にあることも気になるところであるが、これには、日本文化で育った子どもに反応バイアスがかかっている可能性も考えられる。しかし、たとえ自己肯定感が低めに答えていても、将来の大人への希望や、やってみたい仕事については、K校とさほど変わりがないことがわかった。

最後に、今回、国際比較で子どもたちの現状の課題点などを捉えることができた。今後は、国際比較研究の課題として、生活習慣と子どもの健康の関係性について追求していきたい。

謝辞

本研究を遂行するにあたり、アンケート調査のハングル訳やデータ入力などにご尽力をいただいた、鳥取大学留学生(南ソウル大学生)の李スルビさん、そして、K校のアンケート調査を快くお引き受けいただいた、大韓民国のK校に勤務されていた李春花先生をはじめ、初等学校の先生方、アンケートの回答に協力いただいた児童の皆様にご心より御礼申し上げます。